



• **MANDALAS - ÉGYPTÉ**, de Margot GRINBAUM et Théo LAHILLE - Editions **DANGLES** - 8€

Plus spécialement dédié à la jeunesse, le mandala, ou «cercle magique» est présent dans de nombreuses traditions comme support de méditation. Colorier un mandala

permet de se recentrer, de libérer à la fois ses émotions et sa créativité, sollicitant ainsi les deux hémisphères du cerveau. Celui qui voudra se relaxer débutera le coloriage par le centre pour aller vers l'extérieur. Pour favoriser la concentration, il procédera alors de l'extérieur vers le centre.

L'originalité de cette collection «Mandal'Art» est d'introduire une dimension culturelle en faisant découvrir une période ou un mouvement artistique.

L'Égypte nous passionne tous dès l'enfance. Ce recueil est l'occasion de découvrir l'art égyptien et son symbolisme, les hiéroglyphes, les divinités, l'architecture... Sous chaque mandala, un texte court et instructif permet à chacun de retenir les notions essentielles.

Grâce à ce coloriage intelligent, développez votre créativité, initiez-vous à l'art tout en favorisant votre épanouissement personnel.